

低温やけどに注意しよう



糖尿病があると足の手入れや足トラブルの早期発見と早期対処が非常に重要になります。今回は冬に注意したい「低温やけど」についてお伝えします。

あなたの足は大丈夫？

合併症と足病変

糖尿病性神経障害

- ・糖尿病の合併症の1つ
- ・高血糖が続くことによって、神経の働きが正常に機能しなくなる
- ・「痛い」「熱い」などの感覚が鈍くなる

低温やけどの特徴

- ・低い温度（約42~62℃）
- ・長時間の圧迫での受傷
- ・やけどが深いので治りにくい
- ・症状が少なく、痛みが少ない



放っておくと化膿や感染をおこし、足を切断するほどの重症になることも！！

まずは治療！

放置せずに、すぐに受診しましょう。早く治すことが重要！

大切な足を守りましょう

予防策

暖房器具などの使用方法に注意しましょう

湯たんぽ

- ・ 熱湯は使用しない
- ・ 直には入れず、布などでしっかり包む
- ・ 足から離す



使い捨てカイロ

- ・ 直貼りや就寝時は使用しない
- ・ 圧迫する部位を避けて貼る
- ・ 足の裏には貼らない



足の変化を毎日観察しましょう

- ✓ タコはありませんか？
- ✓ 靴擦れ、傷、ひび割れなどはありませんか？
- ✓ 足の指の間に水虫はありませんか？



電気あんか・電気毛布

- ・ 寝るときはスイッチを切るか最低温度に（乾燥するので、推奨はしていない）



ヒーターやこたつ

- ・ 同じ場所を温めない
- ・ **こたつでのうたた寝に注意**



お風呂

- ・ 温度計や**自分の手**で温度を確かめてから入りましょう
- 適温：38℃～40℃**



気になる症状がありましたら、
医師・看護師にご相談ください



神経障害の
検査も随時実施しています

2021年12月6日発行
さつき内科クリニック

